

Een kolfdagboek is een handig hulpmiddel in de eerste dagen of weken na de geboorte van je baby. Je schrijft op hoeveel moedermelk je kolft. Zo zie je goed hoe het kolven gaat en of er veranderingen zijn. Je kunt ook een app gebruiken om bij te houden hoeveel je kolft, zoals Medela Family.

Op de Symphony-kolf zit een handleiding. Lees deze goed voordat je gaat kolven. Als je de kolf goed gebruikt, krijg je vaak meer moedermelk. Heb je vragen? Vraag het dan aan de verpleegkundige. Als het nodig is, kan zij hulp voor je vragen van de lactatiekundige. Dit is een verpleegkundige die gespecialiseerd is op het gebied van borstvoeding.

Vul in:

- hoeveelste dag het is: dag 1, dag 2 enzovoort
- de datum
- hoeveel je per keer (sessie) hebt gekolfd

Zo zie je snel of er veranderingen zijn in de hoeveelheden. Ook kun je vragen of bijzonderheden opschrijven. Die kun je bespreken met de verpleegkundige of de lactatiekundige.

Dag:	Datum:	1	2	3	4	5	6	7	8	Extra sessie	Totaal/ 24 u
Tijdstip kolfsessie		uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	
Gekolfde moedermelk links		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	
Gekolfde moedermelk rechts		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	
Totale opbrengst		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml
Kolfafspraken, vragen of bijzonderheden											

Dag:	Datum:	1	2	3	4	5	6	7	8	Extra sessie	Totaal/ 24 u
Tijdstip kolfsessie		uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	
Gekolfde moedermelk links		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	
Gekolfde moedermelk rechts		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	
Totale opbrengst		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml
Kolfafspraken, vragen of bijzonderheden											

Dag:	Datum:	1	2	3	4	5	6	7	8	Extra sessie	Totaal/ 24 u
Tijdstip kolfsessie		uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	
Gekolfde moedermelk links		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	
Gekolfde moedermelk rechts		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	
Totale opbrengst		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml
Kolfafspraken, vragen of bijzonderheden											

Dag:	Datum:	1	2	3	4	5	6	7	8	Extra sessie	Totaal/ 24 u
Tijdstip kolfsessie		uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	
Gekolfde moedermelk links		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	
Gekolfde moedermelk rechts		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	
Totale opbrengst		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml
Kolfafspraken, vragen of bijzonderheden											

Dag:	Datum:	1	2	3	4	5	6	7	8	Extra sessie	Totaal/ 24 u
Tijdstip kolfsessie		uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	
Gekolfde moedermelk links		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	
Gekolfde moedermelk rechts		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	
Totale opbrengst		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml
Kolfafspraken, vragen of bijzonderheden											

Dag:	Datum:	1	2	3	4	5	6	7	8	Extra sessie	Totaal/ 24 u
Tijdstip kolfsessie		uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	uur	
Gekolfde moedermelk links		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	
Gekolfde moedermelk rechts		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	
Totale opbrengst		ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml	ml
Kolfafspraken, vragen of bijzonderheden											

Is het kolfdagboek vol?

Vraag dan je verpleegkundige of lactatiekundige om een nieuw leeg kolfdagboek.

Heb je vragen over kolven of borstvoeding geven? Of wil je een afspraak met de lactatiekundige?

- Geef het dan aan bij de verpleegkundige. Of mail je vragen naar: lactatiekundige@isala.nl
- Dit kan alleen als je bent opgenomen in Isala of jouw baby.